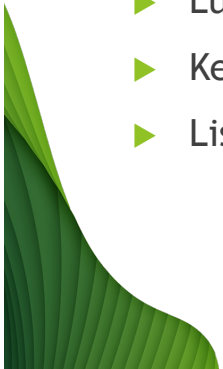


Coaching

Coaching valmennusmenetelmänä



- ▶ Etsii kanssasi vaihtoehtoja, joista sinä pystyt tekemään suunnitelmia tai ratkaisuja etenemiseen
- ▶ Laittaa sinut pohtimaan, kirkastamaan ajatuksiasi
- ▶ Oivalluttaa ja suuntaa ajatuksiasi kohdennetusti
- ▶ On tavoitteellista
- ▶ Lisää energiaa, tuo voimavaroja
- ▶ Luottamuksellista ja kahdenkeskistä
- ▶ Kehittää ratkaisukeskeisyyttä
- ▶ Lisää uskoa omiin kykyihin



Minne mennään?

Coach on kuin taksikuski. Ennen liikkeelle lähtöä, hän varmistaa, minne haluat päästä.

Keskustelulle asetetaan aina tavoite:

► Minkä asian haluaisit aloittaa, lopettaa, muuttaa, hallita, osata, saada aikaan... olevan toisin kuin nyt?

Asia voi olla iso tai pieni, pääasia, että sillä on merkitystä sinulle ja sille, kuka toimii maksajana. Prosessi on tärkeä ja lisää valmiuksia myös itsenäiseen ongelmaratkaisuun.



Coachingprosessilla on aina päämäärä. Sisällöt vaihtelevat, mutta rakenne on sama



Ennen ensimmäistä tapaamista

- ▶ Asiakas valmistautuu ja miettii, mihin hän haluaa keskittyä
- ▶ Mahdollinen ennakkomateriaali

Ensimmäinen tapaaminen

- ▶ Sopimus & eettiset säännöt ja tavoitteet
- ▶ Odotukset coachia ja asiakasta kohtaan

Prosessi

- ▶ Esim. 4-10 kertaa, kasvokkain, virtuaalisesti tai puhelimitse
- ▶ Mahdolliset harjoitteet keskustelujen välillä

Lopetus

- ▶ Lopuksi palautekeskustelu tilaajan kanssa prosessin sujumisesta
- ▶ Aina palautekeskustelu tavoitteen täyttymisestä ja vähintään suullinen toimintasuunnitelma
- ▶ Todetaan prosessi päättyneeksi

Miten Coaching eroaa mentoroinnista ja terapiasta?



- ▶ Asiakkaan ja Coachin välisessä kumppanuudessa asiakas määrää suunnan.
 - ▶ Coach tukee asiakasta ottamaan vastuuta, kasvattamaan itsetietoisuutta ja auttaa asiakasta saamaan uusia näkökulmia.
 - ▶ Coach ei arvota vastauksia, vaan rohkaisee asiakasta ottamaan vastuun
- ▶ Asiakas on oman työnsä ja asiansa asiantuntija ja taas Coach itse prosessin.
- ▶ Asiakkaan vastuulla on, tavoitteiden asettaminen, tulosten muodostaminen sekä itsensä johdattaminen kohti haluttuja lopputuloksia. Coach vastaa prosessin laadusta.
- ▶ Mentori puolestaan on asiantuntija, joka tarjoaa tietoaan ja ohjaustaan omien kokemustensa pohjalta.
- ▶ Terapia taas käsittelee yksilöiden kipua, traumoja, tai konflikteja. Sen erityisenä fokuksena on nykyiseen emotionaaliseen terveyteen vaikuttavien menneisyyden ongelmien ratkaisu. Terapia keskittyy parantamaan yleisiä psykologisia tekijöitä ja käsittelemään arkipäivää tunneperäisesti terveemmällä tavalla.
 - ▶ Jos Coach huomaa merkkejä tällaisesta tuen tarpeesta, hän voi tapauskohtaisesti ohjata asiakkaan terapiaan tai esim. ottamaan yhteyttä työterveyteen

Tutkimustuloksia

Gallupin vuonna 2020 tekemä meta-analyysi coachingin vaikutuksista

- ▶ 66 % lisääntynyt hyvinvointi
- ▶ 81 % vähentyneet poissaolot
- ▶ 41 % vähentyneet laatu puutteet
- ▶ 23 % kasvanut kannattavuus
- ▶ 10% lisääntynyt asiakasuskollisuus
- ▶ 14-18% kasvanut tuottavuus



Coaching etiikka



ICF:n eettiset säännöt

- ▶ Yleinen ammatillinen toiminta
- ▶ Eturistiriidat
- ▶ Coachingtyön ammatillinen toiminta
- ▶ Luottamuksellisuus ja yksityisyys
- ▶ Jatkuva kehittyminen

Ydintaidot

- ▶ Perusta
- ▶ Yhteistyösuhteen luominen
- ▶ Oppimisen ja kasvun tukeminen
- ▶ Vaikuttava viestintä

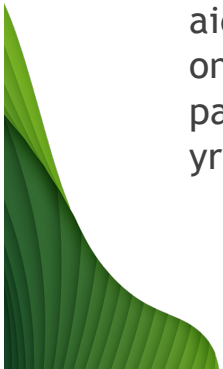
Tarkoituksena ylläpitää vastuullisuutta, ammattitaitoa sekä laatua.

Seuraavaksi

1. Varaa tapaaminen ”Ota yhteyttä”- sivun lomakkeella
 - ▶ Voimme keskustella maksutta yhdessä tarpeestasi ja etsiä siihen ratkaisumalleja.

TAI

2. Osta itsellesi ”Tuotteet” sivulta tutustumispaketti Coachingiin. Näin saat aidon kokemuksen siitä, millaista Coachaus on. Kokemuksen kautta pystyt vielä paremmin arvioimaan, kenelle siitä olisi yrityksessäne eniten hyötyä.



**Diaesitys on päättynyt,
voit poistua Esc-
näppäimellä**